

CÁCH TIẾP CẬN CỦA PHẬT GIÁO ĐẾN HẠNH PHÚC NHƯ MỘT THƯỚC ĐO ĐÚNG ĐẮN ĐỂ PHÁT TRIỂN XÃ HỘI

T.S. Tỳ-kheo Pinnawala Sangasumana^(*)

TÓM TẮT

Ý tưởng về tiến bộ kinh tế đã được thảo luận phổ biến với sự ra đời tác phẩm của Adam Smith và sau đó ngay cả khi các nhà kinh tế bắt đầu đo lường thu nhập quốc dân thì sự bền vững của tăng trưởng vẫn còn bị nghi ngờ. Rất nhiều cuộc tranh luận gần đây về việc tìm kiếm các chỉ số phù hợp cho “sự phát triển” vượt qua giới hạn của GDP như là một thước đo duy nhất cho tiến bộ xã hội. Trong bối cảnh này, việc đo lường và hiểu biết về phát triển xã hội chủ quan đã trở thành một trong những thách thức lớn trong việc hình thành các chỉ số phù hợp. Người ta thấy rằng, hạnh phúc được nâng lên thành một chỉ số độc đáo để đo lường sự bền vững của cả con người và môi trường trong diễn ngôn phát triển hiện tại thông qua nhiều nỗ lực như Hội nghị thượng đỉnh Hạnh phúc Thế giới, Báo cáo Hạnh phúc Thế giới, Chỉ số Hạnh phúc Quốc gia (GNHI) và Chỉ số Cuộc sống Tốt hơn (BLI) v.v. Tuy nhiên, những nỗ lực đó vẫn không giải quyết được những ảnh hưởng tiêu

* Đại học Sri Jayewardenepura, Sri Lanka. Người dịch: Võ Thị Thu Hằng (PD Diệu Nguyệt)

cực đến đời sống vật chất, xã hội và tinh thần của con người. Để lấp đầy khoảng trống này, giáo lý Phật giáo về hạnh phúc có thể được áp dụng một cách hiệu quả với khái niệm từ bi (Metta). Dựa trên giả định này, nghiên cứu hiện tại hướng đến xác định quan điểm của Phật giáo về hạnh phúc trong mối liên hệ với sự phát triển bền vững và tìm ra khả năng ứng dụng của nó trong việc hình thành các chỉ số để đánh giá hạnh phúc thực sự. Phương pháp nghiên cứu đã thiết lập tập trung vào khảo sát tài liệu và giải thích nội dung dựa trên các nguồn chính và phụ. Những phát hiện của bài viết nêu bật ba cách tiếp cận quan trọng của Phật giáo để sử dụng hạnh phúc như một chỉ số phát triển xã hội; phụ thuộc lẫn nhau, mối quan hệ ích lợi và sự hài lòng toàn diện. Người ta phát hiện rằng sự phát triển xã hội được thúc đẩy bởi Phật giáo với việc nhấn mạnh đến hạnh phúc nơi cuộc sống vật chất và tinh thần hòa hợp lẫn nhau. Khuyến cáo được đưa ra rằng nên xem xét hạnh phúc ở bốn khía cạnh trong việc đo lường sự phát triển xã hội: vật chất, tinh thần, xã hội và tâm linh.

GIỚI THIỆU

Sử dụng các chỉ số kinh tế và xã hội để đo lường “sự phát triển toàn diện” đã không chỉ ra được nhiều yếu tố ảnh hưởng đến tính bền vững của con người và môi trường. Rất nhiều cuộc tranh luận gần đây về việc tìm kiếm các chỉ số phù hợp cho “sự phát triển” vượt qua giới hạn của GDP như là một thước đo duy nhất cho sự tiến bộ xã hội. Ngày nay, người ta nhận ra rằng, để đo lường toàn diện sự phát triển, cần chú ý đến hạnh phúc toàn diện của cả con người và môi trường trong bối cảnh bền vững. Ý tưởng về tiến bộ kinh tế đã được thảo luận phổ biến với sự ra đời tác phẩm của Adam Smith và sau đó ngay cả khi các nhà kinh tế bắt đầu đo lường thu nhập quốc dân thì sự bền vững của tăng trưởng vẫn còn bị nghi ngờ. Lập luận chung là Tổng sản lượng quốc gia (GNP) và Tổng sản phẩm quốc nội (GDP) không thể là chuẩn mực để đạt được sự hài lòng của cộng đồng. Sự gia tăng GNP hoặc NDP phát sinh

từ lạm phát không thể hiện sự cải thiện về hạnh phúc. Ian Castles (1997) đã chỉ ra Chỉ số phát triển con người.

(HDI) đã thất bại trong việc đo lường sự giàu có và phúc lợi trong khi nhấn mạnh ý tưởng của Roland Wilson (1946), rằng hạnh phúc là điều gì đó rộng lớn hơn phúc lợi kinh tế. Robert Kennedy đã chỉ ra rằng GNP đo lường không phải sự dí dỏm hay lòng can đảm của con người; không phải trí tuệ cũng như sự học hỏi; không phải sự từ bi hay sự tận tụy đối với đất nước của họ; nó đo lường mọi thứ một cách ngắn gọn, ngoại trừ điều làm cho cuộc sống trở nên đáng giá (Cục Thống kê Úc 2010). Để lấp đầy khoảng trống này, nhiều nỗ lực đã được thực hiện đặc biệt là chuyển đổi GDP thành các thước đo tinh vi của tiến bộ thực sự. Tobin (1972) đã giới thiệu ‘thước đo phúc lợi kinh tế’ để điều chỉnh GDP nhằm có được một thước đo tốt hơn về tiến bộ thực sự và Daly và Cobb (1989) cũng đã xây dựng một Chỉ số phúc lợi kinh tế bền vững. Chỉ số phát triển con người của Liên Hợp Quốc (HDI), kết hợp giáo dục và tuổi thọ với GDP bình quân đầu người đã trở thành một chỉ số phát triển được sử dụng rộng rãi, cũng nhấn mạnh các khía cạnh khác của hạnh phúc. Chỉ số Hạnh phúc của Canada là một chỉ số khác, có trọng số tương đương nhau với tám khía cạnh: mức sống, dân số khỏe mạnh, sức sống cộng đồng, tham gia dân chủ, giải trí và văn hóa, sử dụng thời gian, giáo dục và môi trường (Hawkins 2014). Một số thước đo bổ sung về phúc lợi đã được khám phá được một thời gian, giờ đây gắn kết với hạnh phúc và sự hài lòng; ví dụ, Vương quốc Bhutan đã giới thiệu ‘Tổng chỉ số hạnh phúc quốc gia (GNHI) có nguồn gốc từ triết lý ý nghĩa của Phật giáo trong cuộc sống và bao gồm bốn trụ cột của sự phát triển bền vững, giá trị văn hóa, môi trường tự nhiên và quản trị tốt. Tuy nhiên, các chỉ số như vậy vẫn không giải thích được nhiều yếu tố ảnh hưởng nhất đến đời sống vật chất, xã hội và tinh thần của con người (Singh 2014). Vẫn còn một câu hỏi- làm thế nào để rút ngắn khoảng cách giữa phát triển vật chất và xã hội? Mọi người có hài lòng với hệ thống hiện có không và làm thế nào để mọi người

trở nên hạnh phúc? Do những điều đã nói ở trên, rõ ràng có một khoảng cách nghiên cứu cần được giải quyết để tìm ra nhiều khả năng để tăng cường tất cả các khía cạnh của hạnh phúc trong diễn ngôn phát triển. Do đó, mục tiêu chính của nghiên cứu này là tìm kiếm các khả năng áp dụng các nguyên lý Phật giáo để thúc đẩy hạnh phúc như một chỉ số phát triển bằng cách giải quyết khoảng cách giữa sự giàu có về kinh tế và sự hài lòng xã hội.

1. VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

Theo thời gian, có thể thấy rằng GDP không tính đến chi phí xã hội và môi trường của cái gọi là tiến bộ. Do đó, chúng ta có thể thấy sự chuyển đổi dần dần các chỉ số phát triển từ quan điểm kinh tế sang quan điểm toàn diện. Rõ ràng là cần chú ý đến hạnh phúc của cả môi trường tự nhiên và con người trong bối cảnh phát triển bền vững. Bằng cách xem xét khía cạnh khác nhau của sự phát triển, Liên Hợp Quốc (LHQ) đã giới thiệu tám mục tiêu phát triển của thiên niên kỷ (MDGs), từ việc giảm một nửa tỷ lệ nghèo đói cùng cực đến việc ngăn chặn sự lây lan của HIV/ AIDS và cung cấp phổ cập giáo dục tiểu học. Một lần nữa vào năm 2016, LHQ đã giới thiệu các Mục tiêu phát triển bền vững (SDGs) bao gồm 17 mục tiêu dự kiến sẽ được sử dụng để bố trí các chương trình nghị sự và chính sách chính trị của họ trong 15 năm tới. Hầu hết các mục tiêu này trực tiếp hoặc gián tiếp tập trung vào hạnh phúc của con người và môi trường.

Một khía cạnh kinh tế, phát triển xã hội cũng được thế giới chú trọng chỉ từ những lăng kính khách quan. Hạnh phúc chủ quan của cộng đồng đã hoàn toàn bị quên lãng bởi các mô hình phát triển truyền thống. Dựa trên khía cạnh này, sự phát triển xã hội đã được xác định rộng rãi từ quan điểm việc làm, sản xuất và phúc lợi. Do đó, thực tế chủ quan của sự bền vững xã hội vốn rất quan trọng đối với hạnh phúc của con người và chất lượng xã hội

đã không được đề cập đến. Trong khía cạnh phát triển xã hội, hạnh phúc hay sự hài lòng chủ yếu phụ thuộc vào ba nguyên tắc cơ bản; năng lực, công bằng và bền vững. Như Kittiprapas và những người khác (2009) đã đề cập hạnh phúc cộng đồng có thể không tương quan với hạnh phúc cá nhân và việc sử dụng thước đo hạnh phúc cá nhân để đánh giá hạnh phúc cộng đồng, điều này sẽ hữu ích cho các chính sách nhằm tăng hạnh phúc con người. Trong bối cảnh phát triển phổ biến, hiện nay người ta tin rằng toàn bộ kết quả của quá trình phát triển ít nhiều phải nên bền vững. Mặc dù, có nhiều ý nghĩa và giải thích về tính bền vững, ba phạm trù đã trở thành chính thống một cách rộng rãi; bền vững về kinh tế, xã hội và môi trường. Những hệ tư tưởng tổng thể hiện nay thúc đẩy việc sử dụng tính bền vững, hướng đến việc thiết lập hạnh phúc vật chất phù hợp, không gây hại cho hoạt động kinh tế và nhận ra sự tự do nội tại từ khổ đau. Theo Chambers và Conway (1991) tính bền vững xã hội phụ thuộc vào việc đối phó với căng thẳng và cú sốc, khả năng sinh kế năng động và bền vững giữa các thế hệ phụ thuộc lẫn nhau trong phát triển xã hội. Bền vững xã hội diễn ra khi các quá trình chính thức và không chính thức; hệ thống; cấu trúc; và các mối quan hệ tích cực hỗ trợ năng lực của các thế hệ hiện tại và tương lai để tạo ra các cộng đồng lành mạnh và đáng sống. Một xã hội bền vững là một xã hội có thể thỏa mãn nhu cầu của mình mà không làm giảm cơ hội của các thế hệ hiện tại và tương lai. Do những điều đã nói ở trên, rõ ràng có một khoảng cách nghiên cứu cần được giải quyết để tìm ra nhiều khả năng để tăng cường tất cả các khía cạnh của tính bền vững xã hội trong diễn ngôn phát triển. Do đó, nghiên cứu này tập trung vào việc liệu các nguyên tắc Phật giáo có thể đóng một vai trò quan trọng để thúc đẩy hạnh phúc như là một chỉ số chính của sự phát triển xã hội trong diễn ngôn phát triển hiện nay hay không, và nếu vậy, các khái niệm Phật giáo nào và làm thế nào có thể được sử dụng để đo lường hạnh phúc nhằm đến phát triển xã hội bền vững.

2. PHƯƠNG PHÁP LUẬN

Bố cục về khái niệm của nghiên cứu đã được xây dựng bằng cách xem xét mâu thuẫn giữa thực tế khách quan và chủ quan của diễn ngôn phát triển. Đầu tiên các yếu tố thực tại để đo lường hạnh phúc trong bối cảnh phát triển được xác định là thu nhập, giáo dục, y tế, dinh dưỡng, vệ sinh, đa dạng sinh học, các quy tắc và quy định về môi trường, v.v. và sau đó là các yếu tố tinh thần như bình đẳng, tự do, hài lòng, hạnh phúc, phong phú sinh thái và tính bền vững ảnh hưởng trực tiếp đến hạnh phúc và sự hài lòng của mọi người đã được xác định thông qua các nguồn tài liệu chính và phụ. Tiếp theo bố cục đề cập ở trên được sử dụng để đánh giá khả năng ứng dụng các khái niệm Phật giáo vào việc thúc đẩy hạnh phúc cho mục đích phát triển, phương pháp phân tích văn bản đã được sử dụng để phân tích dữ liệu. Các từ đồng nghĩa được sử dụng trong các giáo lý khác nhau đã được hợp nhất và được xây dựng như một chỉ số chung để đạt được mục tiêu chính của nghiên cứu.

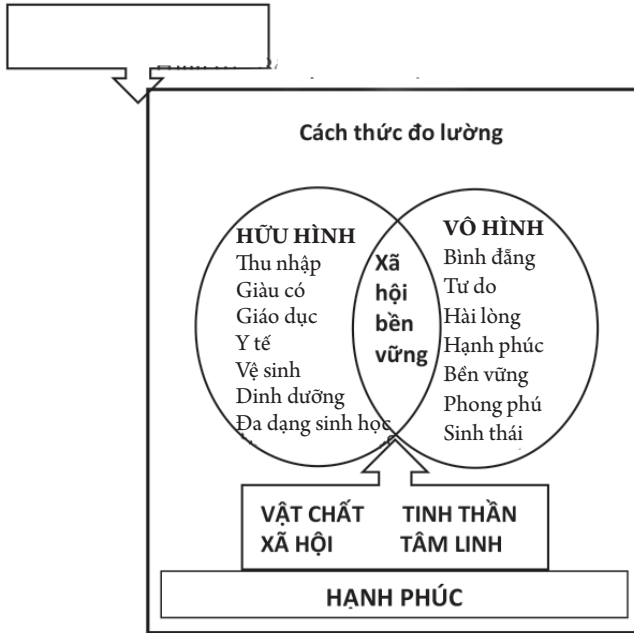
2.1. Câu hỏi nghiên cứu

- Làm thế nào để rút ngắn khoảng cách giữa phát triển vật chất và xã hội?
- Mọi người có hài lòng với hệ thống hiện có không và làm thế nào để mọi người trở nên hạnh phúc?
- Những hướng đi tốt nhất để khuyến khích một cách tiếp cận toàn diện đến phát triển là gì?
- Làm thế nào để thúc đẩy các phương pháp tiếp cận mang tính phương pháp luận để hệ thống hóa việc thực hành đúng, khám phá kết quả và phát triển các phép đo phù hợp về hạnh phúc?

2.2. Bố cục khái niệm

Bố cục khái niệm đã được xây dựng với hai chiều hạnh phúc là: khía cạnh đo lường và khía cạnh giải thích. Đầu tiên người ta

xác định rằng sự phát triển xã hội bền vững phụ thuộc vào cả hai yếu tố chủ quan và khách quan. Sau đó, một nỗ lực đã được thực hiện để tạo ra các mối quan hệ có thể hỗ trợ cho sự bền vững xã hội thông qua khái niệm hạnh phúc (Hình 01).



Hình 01. *Bố cục khái niệm*

2.3. Mục tiêu

Tìm kiếm các khả năng để áp dụng các khái niệm Phật giáo nhằm thúc đẩy hạnh phúc thành một chỉ số phát triển để giải quyết khoảng cách giữa hạnh phúc cá nhân và cộng đồng trong bối cảnh Phát triển Xã hội.

3. KẾT QUẢ VÀ THẢO LUẬN

Thuật ngữ ‘eudemonia’ đã được Aristotle sử dụng để giải thích bản chất của hạnh phúc, làm nổi bật ba khía cạnh là: hạnh phúc là một tâm trạng; hạnh phúc là sự hài lòng với cuộc sống của một người; hạnh phúc là một cuộc sống thịnh vượng và viên mãn mà lưu lại tác động đến xã hội. Khía cạnh sau cùng cần được đào sâu hơn để thúc đẩy nó trở thành một thước đo phát triển xã hội. Tâm quan

trọng của việc sử dụng hạnh phúc như một thước đo phát triển đã được thảo luận rộng rãi từ cuối thế kỷ 19. Năm 1920, Arthur Pigou nhấn mạnh rằng sẽ là một thách thức lớn khi nghĩ về các chỉ số phát triển bên cạnh tiến bộ kinh tế. Vào những năm 1980, hạnh phúc đã trở thành mối quan tâm chính của tài liệu về phát triển, đặc biệt cho mục đích đo lường sự phát triển xã hội. Kasma và Stones năm 1980 đã giới thiệu 22 chỉ số có thể được sử dụng để cấu thành thang đo hạnh phúc kết hợp Chỉ số hài lòng cuộc sống và Thang đo Trung tâm Lão khoa Philadelphia. Hạnh phúc không chỉ là một trạng thái của tâm và một nét tiêu biểu, mà còn là một kỹ năng. Nếu con người không thực tập hạnh phúc, nó sẽ không được trải nghiệm. Hạnh phúc là một nghệ thuật sống và có thể được dạy, học và trao truyền. Việc nỗ lực không ngừng để duy trì hạnh phúc bằng cách sử dụng các kỹ thuật khác nhau như phương pháp kiểm soát cơn giận bằng thiền định là một kỹ năng cần được phát triển. Mặt khác, hạnh phúc có thể được xem như một dạng rối loạn tâm thần của con người dẫn đến sự hài lòng của họ. Phật giáo nhấn mạnh rằng ‘Santutthi paramam dhanam’: sự giàu có quan trọng nhất là hạnh phúc (Kinh Pháp Cú kệ 209). Từ hạnh phúc trong biên niên sử Phật giáo dùng là ‘santutthi’, hay ‘santutthatha’ và từ trái nghĩa của nó là ‘asanthutthi’, hay ‘asantutthatha’. Lokamitra (2004) giải thích tầm quan trọng của quan điểm của Phật giáo đối với hạnh phúc trong bối cảnh phát triển trích dẫn các ví dụ với giáo lý cốt lõi của đảng Thiện Thệ: đức Phật. Ông tuyên bố: ‘Hạnh phúc phụ thuộc vào giác quan và sự thỏa mãn bản ngã, theo hiểu biết về hạnh phúc của Phật giáo, không phải là hạnh phúc. Đôi lúc có thể có một chút hưởng thụ, lại chứa đựng nhiều khổ đau hơn. Hạnh phúc chân thật nảy sinh từ việc sống một đời sống ngày càng khéo léo và trong sạch, có một lương tâm trong sáng, từ sự hào phóng và giúp đỡ người khác, từ tình bạn và từ nỗ lực sáng tạo. Có niềm vui tinh thần đến từ thiền định và cuối cùng là sự Giác ngộ, hạnh phúc cao nhất con người có thể đạt được. Cuộc sống theo Phật giáo tiến triển từ việc nhận ra được sự tồn tại có điều kiện là

do bản chất không thỏa mãn (dukkha) đến việc chứng ngộ Niết bàn, trạng thái vĩnh viễn không có dukkha. Trạng thái chứng ngộ đó, gọi là Tỉnh thức, được nói đến như là niềm hạnh phúc tối cao, trạng thái bình yên, trạng thái tự do không giới hạn khỏi mọi ràng buộc. Trạng thái này vẫn không bị dao động cho dù điều kiện bên ngoài có bất lợi như thế nào. Càng đi theo hướng này, tâm trí và hạnh phúc càng ít phụ thuộc vào điều kiện bên ngoài (Bản thân giác ngộ được cho là vô điều kiện) và thái độ con người trở nên mạnh mẽ và tích cực hơn. Người ta càng ít có khả năng bị cuốn vào vòng xoáy mà các lực tham lam trong thế giới hiện đại muốn kích thích và con người càng có thể đạt được những gì hữu ích từ sự phát triển trong thế giới hiện đại và bỏ qua những gì không phải.' Dựa trên phân tích của tất cả các quan điểm này, bài viết này đã xây dựng một bố cục dựa trên khái niệm 'sự hài lòng toàn diện' vốn là đặc trưng của hạnh phúc. Do đó, lập luận chính của bài viết này được bố cục bởi khái niệm về sự hài lòng toàn diện nơi sự giàu có về vật chất, xã hội và tinh thần hòa hợp với nhau. Sự phụ thuộc lẫn nhau và mối quan hệ thuận lợi giữa sự thịnh vượng ba mặt này tạo nên sự bền vững của hạnh phúc. Nếu con người hài lòng với sự thịnh vượng sẵn có này, hạnh phúc sẽ là kết quả. Câu hỏi là liệu trạng thái này có thể được đo lường không? Bài viết này cho biết rằng hạnh phúc của con người thúc đẩy hạnh phúc được nối tiếp bởi sự hài lòng toàn diện.

Quan điểm của Phật giáo về phát triển xã hội tập trung vào sự hài lòng cả về thể chất và tinh thần và an ninh của các thành viên xã hội. Tinh hoa của giáo lý Phật giáo- Ngũ giới, Tứ vô lượng tâm, Tứ nhiếp pháp, Bát chánh đạo cùng với các khái niệm về lòng từ bi và lòng nhân ái là một số nguyên lý dẫn đường để đạt được sự hài lòng toàn diện ở cá nhân, cấp cộng đồng và toàn cầu. Đã xem trọng tâm chính của những giáo lý này liên quan đến xã hội bền vững, người ta phát hiện rằng tất cả các khía cạnh của hạnh phúc phụ thuộc vào thái độ của tâm. Như Bracho (2004) đã nói Hạnh phúc có thể được định nghĩa là "một trạng thái hài lòng." Yếu tố "trạng

thái hạnh phúc” mang nghĩa hướng ngoại trong khi “hài lòng” lại mang nghĩa hướng nội hơn.

Như đã thảo luận trong phần giới thiệu của bài viết này, đã có một cuộc tranh luận kéo dài về những hạn chế của GDP trong việc đo lường sự phát triển xã hội. Robert Kennedy (2010) đã tuyên bố rằng tổng sản phẩm quốc gia không tính đến sức khỏe của trẻ em, chất lượng giáo dục hoặc niềm vui chơi của chúng. Nó không bao gồm vẻ đẹp của thơ ca hay sức mạnh của hôn nhân; trí tuệ của cuộc tranh luận công khai hoặc tính liêm khiết của các viên chức nhà nước. Nó đo lường không phải sự dí dỏm hay lòng can đảm của con người; không phải trí tuệ cũng như sự học hỏi; không phải sự từ bi hay sự tận tụy đối với đất nước của họ; nó đo lường mọi thứ một cách ngắn gọn, ngoại trừ điều làm cho cuộc sống trở nên đáng giá. Bằng cách giới thiệu cách tiếp cận mới để đo lường sự phát triển xã hội trong lĩnh vực kinh tế học phúc lợi hiện đại, Arthur Pigou (1920) tuyên bố rằng ông hết sức hoài nghi về quan điểm rằng những thay đổi dài hạn trong tốc độ tăng trưởng phúc lợi có thể được đo lường thậm chí ở mức phỏng chừng từ những thay đổi trong tốc độ tăng trưởng sản lượng. Hawkins (2010) gợi ý bốn loại hạnh phúc để đo lường sự phát triển trong bối cảnh hiện tại: điều chỉnh GDP để làm cho nó phù hợp hơn, thay thế nó bằng ‘bảng điều khiển’ các chỉ số thay thế, cân nhắc các chỉ số thay thế này để tạo thành một chỉ số tổng hợp và sử dụng các đánh giá riêng của mọi người về hạnh phúc. Do những điều đã nói ở trên, bài viết này cố gắng lấp đầy khoảng trống để có thể được chú ý trong số các phương pháp này khi đo lường thực tế về hạnh phúc.

Quan điểm của Phật giáo về hạnh phúc mạnh mẽ hơn bất kỳ định nghĩa nào khác, trong đó nhấn mạnh bốn khía cạnh phụ thuộc lẫn nhau: vật chất, xã hội, tinh thần và tâm linh. Điều này có thể được giải thích độc đáo trong kinh Pháp cú bài kệ 204:

Arōgyā paramā lābhā (Hạnh phúc về mặt vật chất), santutthi paramam dhanam (Hạnh phúc về mặt tinh thần), viśāsa paramā

nāthi (Hạnh phúc về mặt xã hội) and Nibbānan paramam sukhan (Hạnh phúc về mặt tâm linh).

Hạnh phúc về mặt vật chất – Hải lòng với các nguồn lực sẵn có

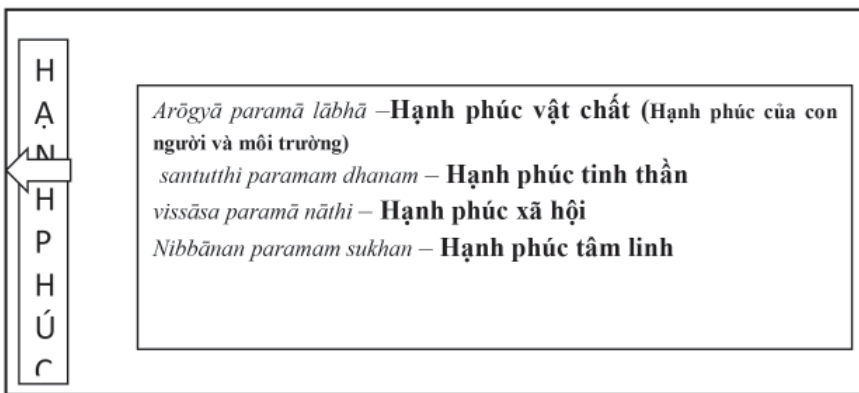
Hạnh phúc về mặt tinh thần – Hải lòng với sự tự do

Hạnh phúc về mặt xã hội – Hải lòng với các mối quan hệ

Hạnh phúc về mặt tâm linh – Hải lòng với các thực tập về tâm linh

Hạnh phúc về mặt vật chất đơn giản có thể được chia thành hai phần: hạnh phúc của con người và của môi trường. Sự sẵn có của các nhu cầu cơ bản và khả năng tiếp cận các dịch vụ cung cấp giai đoạn thỏa mãn cho những người tìm kiếm sự tự do, các mối quan hệ tốt và thực hành tâm linh. Nói chính xác hơn, sự hài lòng toàn diện phụ thuộc vào cách họ có thể có được các tài sản vật chất, con người, xã hội, tự nhiên và tài chính. Theo các tài liệu hiện hành về hạnh phúc, nhiều chỉ số chính đã được hình thành nhưng hầu hết chúng chỉ dựa trên hạnh phúc về vật chất. Một số chỉ số hạnh phúc như thế là: có thực phẩm (chất lượng và số lượng), đi ngoài ba lần một ngày hoặc nhiều lần hơn khi đã ăn xong (khả năng loại bỏ chất thải cơ thể như một chỉ số đơn giản về sức khỏe cơ thể), tham gia sản xuất thực phẩm hoặc chuẩn bị cho chính mình hoặc người khác, có thể sản xuất càng nhiều càng tốt những thứ con người tiêu thụ, tiếp cận thông tin, hướng dẫn và đào tạo để sống tốt hơn, có việc để làm và với niềm vui, có thể có được một nơi thoải mái, rộng rãi và đầy đủ để sống gần nơi làm việc, được chăm sóc y tế, và được chữa bệnh và thương yêu trong trường hợp bị bệnh hoặc tử vong, có thể cảm thấy được bảo vệ và an toàn trong xã hội mình đang sống, có thể tận hưởng thiên nhiên mà không làm tổn hại đến nó, cũng như chăm sóc cho thiên nhiên, tận hưởng không khí (bao gồm cả việc hít thở đúng cách), nước, ánh sáng và không gian đủ chất lượng và số lượng tự nhiên; và ngủ ngon và thức dậy nghỉ ngơi, vv (Frank Bracho 2004). Hải lòng với sự tự do có thể bao gồm một số nội dung chính như: có thể thể hiện sự sáng

tạo, được tôn trọng và tôn trọng người khác, có thể thể hiện cảm xúc và suy nghĩ của một người một cách tự do, có một quy tắc đạo đức cá nhân và có thể hợp tác và chia sẻ với người khác (Keshawa Bhat 2012). Trừ khi một cộng đồng thoát khỏi những tình huống dễ bị tổn thương, họ không thể cảm thấy tự do. Không có tự do, duy trì các mối quan hệ tốt đẹp thực hành tín ngưỡng tâm linh sẽ không thể trở thành hiện thực. Theo Ambetkar (1982), Phật giáo dạy tự do xã hội, tự do trí tuệ, tự do kinh tế và tự do chính trị. Phật giáo dạy bình đẳng, bình đẳng không chỉ giữa nam và nam mà là giữa nam và nữ. Thật khó để tìm một bậc thầy tâm linh để so sánh với đức Phật mà giáo lý của Ngài đã bao quát rất nhiều khía cạnh của đời sống xã hội của một dân tộc và giáo lý của Ngài rất hiện đại và mối quan tâm chính của Ngài là cứu rỗi con người trong đời sống này và không hứa hẹn sẽ đưa con người lên thiên đường sau khi chết. Do đó, hiển nhiên hạnh phúc là kết quả của sự tích hợp của cả bốn dạng hạnh phúc này dẫn đến sự hài lòng toàn diện của xã hội. Hình 02 cho thấy một trong những phát hiện chính của nghiên cứu này: cấu trúc của sự hài lòng toàn diện.



Hình 02: *Bố cục của sự hài lòng toàn diện*

Sự hài lòng với các mối quan hệ thuận lợi và thực hành tâm linh là phần còn thiếu của bối cảnh phát triển hiện tại. Như đã trình bày ở trên, yếu tố hạnh phúc liên quan nhiều đến sức khỏe. Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) định nghĩa “sức khỏe” là “một trạng

thái hoàn toàn khỏe mạnh về thể chất, tinh thần và xã hội và không chỉ đơn thuần là không có bệnh tật hay ốm đau”. Định nghĩa này thực sự nhấn mạnh tầm quan trọng của các khía cạnh khẳng định hoặc phòng ngừa về sức khỏe - một điều gì đó bị lãng quên khi định nghĩa về hạnh phúc. Nó cũng bị lãng quên trong tiêu chuẩn thịnh hành về hạnh phúc và tiến bộ của các xã hội hiện đại. Do đó khuôn khổ đề xuất của bài viết này đã chạm vào khoảng trống bằng cách giới thiệu khía cạnh mới khác của hạnh phúc: hạnh phúc về tâm linh. Chánh niệm, thực tập đạo đức, khoan dung, mãn nguyện, nhân ái, chính trực, cẩn trọng v.v. có thể được sử dụng như những thước đo sự hài lòng về thực hành tâm linh. Kết quả chính được mong đợi của việc thực tập về tâm linh là để hạnh phúc. Có hai thành phần của hạnh phúc: thể chất và tinh thần, trong đó trải nghiệm tinh thần hoặc nội lực đóng vai trò mạnh mẽ hơn. Hạnh phúc theo Phật giáo Đại thừa bắt nguồn từ tâm vị tha hoặc từ bi. Vì tâm con người thường bị kích động bởi những cảm xúc phiền não, kết quả thường là những hành động tiêu cực, từ đó gây ra khổ đau. Do đó, bản chất của Phật giáo là chế ngự, chuyển hóa và chinh phục tâm con người, vì nó là gốc rễ của mọi thứ - chính nó tạo ra hạnh phúc và khổ đau (Wangmo và Valk 2014).

Tất cả các khía cạnh của hạnh phúc được thảo luận bởi các học giả và các tổ chức khác nhau liên quan đến sự phát triển xã hội có thể được giải thích bằng sơ đồ này. Tính bền vững của hệ thống phụ thuộc vào việc thực hành tốt ở cấp độ cá nhân, cộng đồng và toàn cầu như bố thí (dana), giới luật (sīla), thiền định (samadhi), tinh tấn (utthana viriya), chánh niệm (appamada), không chấp thủ (allenatha), thân cận thiện tri thức (kalyanamittatha), sống chân chính (samajeewakatha) và kiểm chế các nguyên nhân gây ra sự sụp đổ như đã đề cập trong Kinh Bại Vong (Parabhawa sutta) (Kinh Tương Ưng Bộ 1.6) và bốn nguồn hủy diệt như đã đề cập trong Kinh Lời khuyên dạy Vyagghapajja (Vyagghapajja Sutta) (Kinh Tăng Chi Bộ 8.54).



Hình 03: Kết hợp SDGs (Mục tiêu phát triển bền vững) vào bố cục mới

Một trong những phát hiện khác của bài nghiên cứu này là các Mục tiêu Phát triển Bền vững (SDGs) chỉ đề cập đến hai khía cạnh theo khuôn khổ trên. Như hình 03 minh họa, có một khoảng cách lớn giữa hạnh phúc về tinh thần và tâm linh trong SDGs. So với các khía cạnh khác của hạnh phúc, 11 trong số 17 mục tiêu phát triển được xây dựng chỉ tập trung vào hạnh phúc của con người và môi trường trong khi phần còn lại được hướng đến hạnh phúc về mặt xã hội. Do đó, bài viết này chuyển đến một phát hiện đáng kể về việc thiếu đi hai khía cạnh khác của hạnh phúc trong các Mục tiêu Phát triển Bền vững (SDGs).

4. KẾT LUẬN

Vì các cách tiếp cận đến sự phát triển hiện tại chưa giải quyết được nhiều về sự hài lòng toàn diện của cuộc sống, nên vẫn còn một khoảng cách lớn giữa lý thuyết và thực tiễn trong bối cảnh xã hội bền vững. Mặc dù có nhiều chỉ số đã được xây dựng cho mục đích đo lường hạnh phúc, nhưng thước đo thực tế về hạnh phúc chủ quan có liên quan đã không được xem xét. Do đó, để khắc phục vấn đề, bài viết này đã giới thiệu một khuôn khổ mới để xác định hạnh phúc thông qua khái niệm về sự hài lòng toàn diện. Sau

khi xem xét các khái niệm Phật giáo về sự hài lòng trong cuộc sống, có thể lập luận rằng, sự hài lòng toàn diện dựa trên hạnh phúc ở bốn khía cạnh phụ thuộc lẫn nhau: vật chất, tinh thần, xã hội và tâm linh. Bố cục được đề xuất bởi bài viết này có thể được áp dụng vào các bối cảnh khác nhau để khắc phục các hạn chế của các áp dụng hiện hành. Các chỉ số phát triển mới về sự hài lòng chủ quan và khách quan đối với xã hội bền vững có thể được hình thành bằng cách phân tích mọi mối quan hệ có thể với các thông số về hạnh phúc ở bốn khía cạnh và phụ thuộc lẫn nhau.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Ahir, D.C. (1982), Tiến sĩ Ambedkar về Phật giáo, Hội giáo dục nhân dân, Bombay. Trang 27-28.
- Kinh Tăng Chi Bộ (1932-1936), Ed. F. L. Woodward & E. M. Hare, Luân Đôn; PTS – *Kinh Lời khuyên dạy Vyagghapajja* (8.54).
- Aravind Singh (2010). *Ý thức sinh thái trong Phật giáo và vai trò trong việc phục hồi các cuộc khủng hoảng sinh thái toàn cầu*, Hội nghị Phật giáo quốc tế về Ngày Vesak của Liên Hợp Quốc, Thái Lan.
- Cục Thống kê Úc (2010). Các phương thức đo lường tiến bộ của Úc, 2010.
- Castles, I. (1998). *Đo lường tiến bộ kinh tế: từ số học chính trị đến các tài khoản xã hội*, bài giảng tưởng niệm lần thứ 8 của Colin Clark, Tài liệu thảo luận của Đại học Queensland, 243, tháng 10.
- Chambers, R. và Conway, G.R. (1991), *Sinh kế nông thôn bền vững*, Tài liệu thảo luận IDS 296.
- Clark, A.E., P. Frieters và M.A. Shields (2006), *Thu nhập và Hạnh phúc: Bằng chứng, Giải thích và Ý nghĩa kinh tế*, Tạp chí Văn học Kinh tế.
- Kinh Pháp Cú (1914), ed. S. Sumangala Thero, Luân Đôn; PTS. Kệ 204.
- Diener, E. (2006), “*Hướng dẫn về các chỉ số quốc gia về hạnh phúc và bất hạnh chủ quan*”, *Tạp chí Nghiên cứu Hạnh phúc*, 7 (4), 397-404
- Frank Bracho (2004), *Hạnh phúc là sự giàu có nhất của con người*, Trong: Karma Ura và Karma Galay (chủ biên), *Tổng Hạnh phúc và phát triển quốc gia: Kỳ yếu hội thảo quốc tế đầu tiên về vận hành về Tổng hạnh phúc quốc gia*, Trung tâm nghiên cứu về Bhutan, Thimpu . trang 430-443.

John Hawkins (2014), *Bốn phương pháp tiếp cận đo lường hạnh phúc*, trong: Podger, A. và Trewin, D. (chủ biên). *Đo lường và thúc đẩy hạnh phúc. Tăng trưởng kinh tế quan trọng như thế nào?*, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Úc, Canberra..

Kahanduwa, K.A.J.(2014). *Hạnh phúc cộng đồng ở Sri Lanka*, Trong: Bas Verschuuren và những người khác. *Sức khỏe cộng đồng trong Phong cảnh văn hóa sinh học*, Nhà xuất bản hành động thực tế, Vương quốc Anh.

Kittiprapas, S. và những người khác. (2009), *Hạnh phúc: Mô hình, Phương thức và Ý nghĩa chính sách mới*, Tổng hợp từ Hội nghị quốc tế về Hạnh phúc và Chính sách công cộng, 18-19 tháng 7, 2007, Bangkok.

Kozma, A.; Stones, M.J. (1980), *Đo lường hạnh phúc*, Tạp chí Lão khoa, số. 35, trang 906 – 912.

Lokamitra, D. (2004), *Tính trung tâm của Phật giáo và giáo dục trong việc phát triển tổng hạnh phúc quốc gia: Karma Ura và Karma Galay* (chủ biên), *Hạnh phúc và phát triển quốc gia: Kỳ yếu của Hội nghị quốc tế đầu tiên về vận hành hạnh phúc quốc gia*, Trung tâm nghiên cứu Bhutan, Thimpu, Trang 472-483.

Pigou A (1920). *Kinh tế học về hạnh phúc*, ấn bản lần thứ 4, 1960, Macmillan, Luân Đôn.

Robert Kennedy (2010), Địa chỉ tại Đại học Kansas, 18 tháng 3 năm 1968, được trích dẫn bởi Cục Thống kê Úc (2010).

Tương Ưng Bộ (1917-1930), Ed. L. Feer, Luân Đôn: *PTS- Kinh Bại Vong* (Parābhawa sutta) (1.6)